

ЧИСЛОВЫЕ МНЕМОНИЧЕСКИЕ АББРЕВИАТУРЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ

Коноров М.Р., Тябут Г.Д.

*УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет»*

Введение. Слово «мнемоника» происходит от греческого *mnemonic* (память) и обозначает различные приемы способствующие запоминанию информации. Слово образовано от имени древнегреческой богини памяти Мнемозины – матери девяти муз. Все мнемонические упражнения основаны на внесении какой-либо ясности в бессмысленный материал, то есть хаос преобразуется в порядок посредством некоторой систематизации. Принцип мнемонической аббревиатуры также широко используется для фиксирования различного материала, не связанного логическими принципами, помогает нам лучше его запомнить и облегчает процесс вызывания из памяти нужной информации [1, 2, 3].

Например, при постановке диагноза заболевания используется определенный набор диагностических методов и клинических симптомов, которые могут быть не связаны логическими принципами. То же самое относится и к набору этиологических факторов и причин заболевания, схемам лечения и т.д. Вместе с тем, принцип аббревиатур практически не применяется в процессе обучения в медицинских ВУЗах. Поэтому использование мнемонических аббревиатур в образовательном процессе медицинского университета представляется актуальным. Их использование дает возможность повысить качество знаний студентов при изучении медицинской литературы.

Цель разработать и систематизировать числовые мнемонические аббревиатуры, которые можно использовать в учебном процессе для запоминания диагностических критериев и принципов лечения заболеваний терапевтического профиля на лечебном и фармацевтическом факультете, ФПК и ПК.

Материалы и методы. Основу работы составили практические результаты, полученные при проведении занятий на кафедре госпитальной терапии, общей и клинической фармакологии с курсом ФПК и ПК. Использованы учебники, учебные пособия, лекции по внутренним болезням и клинической фармакологии, метод создания мнемонических аббревиатур (акронимов).

Результаты и обсуждение. Все разработанные числовые мнемонические аббревиатуры можно условно разделить на 4 категории:

1. Цифровые мнемонические аббревиатуры:

2. Числовые mnemonicические аббревиатуры.
3. Арифметические mnemonicические аббревиатуры.
4. Буквенно-цифровые mnemonicические аббревиатуры

В цифровых mnemonicических аббревиатурах используются цифры от 0 до 9 К ним относятся:

Правило «1, 2, 3»: схема антигеликобактерной терапии первого выбора - длительность 1 неделя, кратность приема 2 раза в день, 3 лекарственных средства (один ингибитор протонной помпы и два антибиотика).

Правило «3, 4, 5»: необходимая pH в желудке в течение 18 часов на протяжении суток для заживления язвы ДПК ($pH > 3$), для заживления эрозивного рефлюкс-эзофагита ($pH > 4$), для эрадикации инфекции *H. pylori* ($pH > 5$)

Правило «8, 8, 8» или правило «3-х восьмерок»: рациональный режим труда и отдыха (сон – 8 часов, отдых – 8 часов, работа – 8 часов) необходимый для здорового образа жизни.

Правило «2, 2, 2» или правило «3-х двоек»: Клинические особенности течения язвенной болезни у курильщиков: язвенная болезнь встречается в 2 раза чаще, сроки рубцевания язвы удлиняются в 2 раза, обострения язвенной болезни возникают в 2 раза чаще.

В числовых mnemonicических аббревиатурах используются любые числа. К ним относятся:

Правило «0,5; 0,5; 0,5» или правило «3-х половинок»: условия здорового образа жизни некурящего человека ежедневно - полчас физической нагрузки, поликилограмма свежих овощей и фруктов, не более пол-литра пива (максимально допустимая доза алкоголя - 10 г чистого спирта в день).

Правило «4, 7, 11»: 4 из 11 диагностических критериев (4 лабораторных, 7 клинических), необходимые для постановки диагноза системная красная волчанка.

Клинические критерии: 1 Скуловая сыпь (классическая «бабочка» на лице); 2 Дискоидная сыпь; 3. Фотосенсибилизация; 4 Ротовые и носовые язвы (обычно безболезненные); 5 Артрит (не эрозивный, симметричный; с вовлечением 2 или больше малых или больших периферических суставов); 6 Серозит (плеврит, перикардит, перитонит); 7 Неврологические расстройства (головная боль, приступы, психоз, невропатия)

Лабораторные критерии: 8 Почечные расстройства (протеинурия $> 0,5$ г/день, цилиндры: эритроцитарные, зернистые, гиалиновые, восковидные или смешанные); 9 Изменения в крови (гемолитическая анемия, лейкопения, лимфопения, тромбоцитопения); 10 Иммунологические расстройства (обнаружение LE-клеток, антител к 2-х спиральной ДНК, антифосфолипидных антител (антикардиолипиновый IgG или IgM или волчаночный антикоагулянт), биологическая ложноположительная реакция на сифилис); 11 Выявление антиядерных антител (antinuclear antibodies - ANA) – наиболее чувствительный метод. Высокие титры антител являются более специфичными ($> 1:160$).

В арифметических mnemonicических аббревиатурах для лучшего запоминания информации используются различные арифметические действия (сложение, вычитание и т.д.). К ним относятся:

Правило «3 + 3 = 6»: временной критерий постановки диагноза синдрома раздраженного кишечника (СРК), после исключения органической патологии -

жалобы продолжительностью не менее 3 месяцев (не реже 3 дней в месяц) за последние 6 месяцев.

Буквенно-цифровые mnemonic аббревиатуры представляют собой комбинацию букв и чисел. К ним относятся:

Правило «4П»: Классическая тетрада клинических симптомов сахарного диабета I типа - Полиурия (выделение большого количества мочи), Полидипсия (жажда), Полифагия (повышенный аппетит), Похудание (снижение массы тела).

Правило «ЗД»: Классическая триада клинических симптомов pellagra - авитаминоза, связанного с дефицитом витамина PP (B3) Деменция, Диарея, Дерматит.

Правило «ОКА12»: схема антихеликобактерной терапии первого выбора – Омепразол, Кларитромицин 1 г/сутки, Амоксициллин 2 г/сутки. длительность приема 1 неделя. кратность приема 2 раза в день.

Правило «1/3N» или «правило трех»: для выявления (с вероятностью 95%) нежелательных лекарственных реакций, которые встречаются с частотой 1/N, необходимо наблюдать в три раза больше пациентов (3 x N).

Выводы. Таким образом, разработанные числовые mnemonic аббревиатуры позволяют запоминать различную информацию по разделам внутренних болезней, валеологии и клинической фармакологии: клинические симптомы, диагностические критерии, лекарственные средства и схемы их использования, принципы и условия здорового образа жизни

Литература:

1. Acronyms in rheumatology 2008 // Scand. J. Rheumatol. - 2008. – Vol 37, №1. – P. 79-80
2. Kuhn, I F. Abbreviations and acronyms in healthcare. when shorter isn't sweeter / Kuhn, I F. // Pediatr Nurs. - 2007 - Vol.33, №5. - P. 392-398
3. Laszlo, S. The acronym superiority effect / S. Laszlo, K D. Federmeier // Psychol. Bull. Rev. - 2007. - Vol 14, №6 - P. 1158-1163.